

МЕНЮ
13 января 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ № 03/10	180	5,04	6,72	33,10	213,62
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 07/3	180	4,12	4,36	15,02	116,90
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	41	3,02	0,24	19,87	93,76
Итого		12,18	11,32	67,99	424,28
II Завтрак					
СНЕЖОК 2,5 ЖИРНОСТИ №07/19	175	5,40	1,80	7,56	72,00
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ б/м (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		5,40	1,80	7,56	72,00
Обед					
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ № 01/13	190	6,16	8,69	13,40	153,40
СВЕКОЛЬНИК б/м (аллергики)	200	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №02/26	150	2,94	4,78	23,76	150,13
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ Б/М (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ №02/14	80	18,02	7,72	2,36	150,84
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ Б/М (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	16,92	68,02
ХЛЕБ РЖАНО-ЗАВАРНОЙ 06/2	50	3,31	0,44	21,20	101,98
Итого		30,43	21,63	77,64	624,37
Уплотненный полдник					
ПЕЧЕНЬЕ № 06/7	20	1,48	1,88	14,88	81,40
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ №02/6	140	23,91	12,77	34,02	351,09
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ б/м (аллергики)	120	0,00	0,00	0,00	0,00
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ б/м (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ №07/2	180	2,58	2,72	13,53	89,55
ЧАЙ С САХАРОМ б/м (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ № 06/1	29	2,17	0,17	14,32	67,56
Итого		30,14	17,54	76,75	589,60
Всего		78,15	52,29	229,94	1 710,25